

土・日

※スタジオ2のレッスンは
全て当日予約制となります

詳しくはフロントにてお問
合わせください



18:15～		
3日	佐藤道場	佐藤
10日	ウエストシェイプ	柘植
17日	佐藤道場	佐藤
24日	ウエストシェイプ	柘植
31日	佐藤道場	佐藤

18:15～		
6日	パレトン	桑原
13日	ズンバゴールド	マリオ
20日	ホテiconデishoニング	鑄山
27日	初めてのラテンダンス	山口

11:00～		
1日	HIP HOP	西田
8日	初級ピラティス	岡
15日	ヨガ	山口
22日	ベリーダンス入門	古田
29日	アクアズンバ	マリオ

14:00～		
1日	ヨガ	桜井
8日	ヴィンヤサヨガ	太田
15日	ダイエットウォーキング	山田
22日	バレトン	桑原
29日	ヨガ	内海

はプールレッスンとなります(45分)